



フォトロゲイニング 上市まちのわ2015

Photo Rogalning・Kamilchl-Machlnowa 2015

役場3階から撮影



スポーツしながら観光する。

北陸初!

# 第1回 フोटログ イニング® 上市まちのわ 2015

～劔岳のまちで大冒険!～

10月10日、上市町と地域住民でつくる上市まちのわ推進協議会が、上市町を舞台に北陸初のフォトログイニングを開催しました。

「スポーツしながら観光する」新しいスポーツ競技に、町内外から募集定員を超える74チーム243人(町内31%、県内59%、県外10%)が参加しました。

また、町内協賛企業も参加賞や上位入賞の品を提供するなど運営に協力し、地域が一体となって大会を盛り上げました。

フォトログイニングは、地図に示された数十箇所のチェック地点で指示されたポーズの写真を撮って回り、得点を集めるスポーツ。点在する

るチェックポイントを制限時間内に効率よく回る戦略が重要。今回、1チーム2〜5人で3時間と5時間の部門に分かれて実施。チェック地点は観光名所や商店、山の頂上など41箇所とし、合計点は1000点に設定。上位を狙う参加者は走って高得点のチェック地点に向う一方、ファミリーなどは町中心部をゆっくり歩いて見て回り、それぞれのペースで移動し、競技を楽しみました。

チェック地点ではおもてなしを受けられるお店もあり、特産のお茶や和菓子、パンなどが振る舞われた他、道中で地元の人と会話をしたり、声援を受けたりして、地域の人達との交流もあり、参加者からは「とても楽しかった」、「上市に初めてきたけどとても良いところだった」、「ぜひまた来年も参加したいなど」、大好評でした。

仲間と走って歩いて、見て回り、フォトログを通して上市の魅力を感じ、笑顔あふれる一日でした。



①城山の湧水付近で手を振る参加者②一斉にスタート③地図と41のチェックポイントを見てルートを考える参加者④女川交差点をのんびり歩く参加者⑤積泉寺にある円筒分水場へ向かい橋を駆け抜ける参加者⑥西種でチェックポイントを確認中の参加者⑦映画『おおかみこどもの雨と雪』の舞台モデルとなった古民家で観光客と一緒に撮影⑧田んぼベンチ(映画『RAILWAYS』ロケ地近く)で休息中⑨ばんやととかかてラスクをもらおう親子⑩稗田神社鳥居前で地元民と交流する参加者⑪大松付近坂道を走る参加者⑫眼目山立山寺のトガ並木で撮影中⑬フィニッシュで時計を入れて撮影

弓庄保育所幼年消防クラブ



上市町火災防ぎょ訓練

日時▶ 11月8日(日) 午後2時~3時

場所▶ 湯崎野地区

※訓練実施中は、一部道路の車両通行制限を行いますので、ご協力をお願いします。

小中学生防火ポスター審査結果

平成27年度小中学生防火ポスターに250点の応募があり、審査の結果、入賞16点は次のように決まりました。

入賞作品は、11月7日(土)から17日(火)まで、上市町保健福祉総合センターで展示されます。

◎中学生の部

- 金賞 平田 紫織さん (上市中学校3年)
- 銀賞 池田 妃那さん (同2年)
- 銅賞 田中 ゆのさん (同2年)
- 黒田菜々美さん (同2年)
- 柴田 琴子さん (同1年)

◎小学生の部

- 金賞 酒井 彪雅さん (白萩西部6年)
- 銀賞 廣田 李々さん (上市中央6年)
- 田近 晴輝さん (上市中央5年)
- 碓井 創太さん (陽南5年)
- 銅賞 上田 奈々さん (上市中央6年)
- 細川 多聞さん (白萩西部6年)
- 伊井宇花歩さん (南加積6年)
- 黒田 莉緒さん (相ノ木5年)
- 池田 紫温さん (南加積5年)
- 林 美奈江さん (宮川5年)
- 種田 陸人さん (陽南5年)

中新川秋季訓練の結果報告

10月18日、立山町営上東グラウンドで中新川秋季訓練が行われ、上市町8分団・立山町10分団・舟橋村1分団が出場しました。

競技は、ポンプやホースなどの消防用機械器具の操作技術を競うもので、隊員個々の動作とチームとしての連携操作、そしてタイムにより総合的に審査されました。

競技結果

- ◎ポンプ車操作の部
- 優勝 五百石分団
- 次勝 大岩分団
- 参勝 舟橋村消防団
- ◎小型ポンプ操作の部
- 優勝 大岩分団
- 次勝 利田分団
- 参勝 宮川分団

秋の全国火災予防運動

実施期間 11月9日(月)~15日(日)

これから火災多発期を迎えます。火災の多くは、ちょっとした不注意やうっかりミスから発生しています。一人一人が注意して、悲惨な火災を無くしましょう。

公 民館だより

Community Center News

11月の予定

November

◎公民館行事

公民館名	内容	実施日
弓庄	料理教室	25(火)
相ノ木	公民館祭り	7(土)・8(日)
宮川	公民館祭り	3(火)
	こども習字教室	12・26(木)
	料理教室	17(火)
	清掃活動	29(日)
南加積	公民館フェスティバル&里芋鍋	1(日)
	公民館サロン	27(金)
山加積	おはぎづくり	3(火)
	公民館フェスティバル(敬老会)	21(土)
柿沢	文化祭	3(火)
	ガーテニング教室	28(土)
大岩	ふるさと祭り	22(日)
	ガーテニング教室	28(土)
白萩西部	公民館祭り	22(日)

◎エンジョイ教室

公民館名	内容	実施日
上市	フレッシュテニス教室	14・28(土)
宮川	光と遊ぼう	9(月)
	干支飾りづくり	28(土)
南加積	ランチづくり(ハンバーガー)	10(火)

◎その他

公民館名	内容	実施日
宮川	ジュニア囲碁教室	7・14・21・28(土)
南加積	こども・おとな・囲碁・将棋教室	7・21(土)

保育所入所希望者受付

☎ 福祉課児童班(内線7231・7232)または各保育所(園)

平成28年4月の保育所等入所希望について、希望者の受付を次のとおり行いますので、「入所希望事前申込書」を受付期間内に各施設に提出してください。

なお、この事前申し込みのあった方には、別に「入所申込書」をお渡しし、12月中に必要な書類の提出をお願いする予定です。原則として今回希望された方にのみ今後の手続きをご案内しますので、忘れずにお申し込みください。

受付期間 11月2日(月)~13日(金)

受付場所 入所(園)希望される保育所(園)

※「平成28年度保育所(園)入所希望申込書」は、各保育所(園)に置いてあります。



各保育所(園)の概要(11月1日現在)

保育所(園)名	所在地	電話番号	入所定員	特別保育				
				延長	休日	障害児	一時	病児病後児
音杉保育所 (業務委託(福)毅行福祉会)	法音寺10-1	472-2044	100名	○				
南加積保育所	広野1540	473-0185	50名					
認定こども園 相ノ木保育所 (業務委託(福)富山学院福祉会)	飯坂新125-1	473-0433	1号認定15名 2・3号認定70名	○				
柿沢保育所	柿沢828	472-0329	30名					
白萩西部保育所	湯上野95-2	472-1402	20名					
弓庄保育所 (業務委託(株)二子イ学館)	横越17-1	472-0088	50名	○				
三日市保育園	三日市3	472-0449	70名	○	○	○	○	
上市保育園	北島613	472-0264	70名	○	○	○		○※1
若杉児童福祉会 宮川保育所	中江上96	472-2402	110名	○	○			
若杉児童福祉会 若杉愛児保育園 (未満児専門保育)	若杉52-4	473-0010	60名	○	○			○※2

※1 体調不良児対応型(入園児童のみ対象) ※2 病後児対応型及び体調不良児対応型

※町外の保育所(園)を希望される方は、福祉課児童班へご連絡ください。

広告

広告欄



▲ 息の合ったパドリング

## 浦田・中田ペアが大活躍

10月1日~4日

国民体育大会カヌー競技

第70回国民体育大会「2015 紀の国わかやま国体」のカヌー競技が10月1日から4日まで和歌山県の日高川町美山漕艇場で開催され、カヌー県選抜チームの浦田樹里（水橋高校1年）・中田舞絢（上市中3年）組がカヌー・スプリント少年女子カヤックペア500mで優勝、200mで準優勝。



2人の大活躍は、富山県が初めてカヌー女子総合（皇后杯）1位となったことに大きく貢献しました。

2人は小学生の頃から早乙女湖カヌークラブでペアを組んでいて、中学生の時にも全国大会を2連覇するなど活躍中。さらなる飛躍を目指して頑張っています。

## お互いの発展を推進

10月15日

上市町と北陸銀行が包括協定を締結

10月15日、上市町と北陸銀行は「包括的地域連携に関する協定」を締結しました。

地域産業の振興、雇用の維持拡大、創業支援、移住・定住の促進などを図るため、お互いの人脈、ネットワークを生かした情報連携によって新たなビジネスマッチングを生み出すことで地域経済の活性化などにつなげていきます。



▲ 協定書を取り交わす伊東町長と北陸銀行西田常務

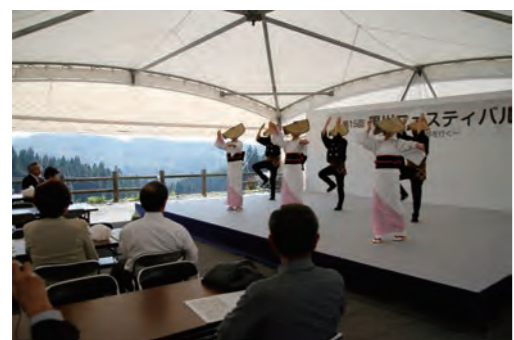
## 黒川の歴史を知る

10月18日

第15回黒川フェスティバル

10月18日、黒川六の谷駐車場特設会場などで第15回黒川フェスティバルが行われ、町内外から大勢の来場者が訪れ、国指定史跡「上市黒川遺跡群」について理解を深めました。

黒川の遺跡群などを回る「黒川の宝」めぐりウォークや、久保尚文大山歴史民俗研究会代表の講演のほか、地元の南加積小学校プラスバンド部の演奏、黒川音頭やおわら踊りの他、名水いもしし鍋やミョウガ寿司の販売もあり、参加者は黒川の歴史と味覚を堪能しました。



▲ 六の谷の駐車場の特設ステージでおわらを披露

## 香りよく、色あざやか

10月19日

新ショウガ め揃い会

10月19日、JA アルプス上市1号倉庫で生産者、市場関係者などが集まり、新ショウガのめ揃い会が開かれました。

夏の暑さや9月の長雨などの影響が心配されたが今年も昨年並みに香りよく、色あざやかな新ショウガに仕上がったことを確認しました。初出荷は翌日10月20日からとなり、11月下旬まで県内スーパーなど食料品店で販売されます。



▲ 新ショウガの出来を確認する市場関係者

## 大きさよし 形よし 自信の品質

9月25日

上市特産「つるぎサトイモ」初選別会・目揃い会

9月25日、上市町広野のJAアルプス上市野菜出荷場で上市町特産サトイモの主力品種「大和」の初選別・目揃い会が行われました。

数量、大きさ、形とも上々の出来で例年より多い約77トンの出荷を見込んでいます。

大和は、栄養分を含んだ独特のぬめりと軟らかな食感が特徴で、南加積地区を中心に約60戸が栽培しています。



▲ サトイモ「大和」の出来を確認する市場関係者

## スポーツの秋

9月27日

剣健康マラソン大会&かみいちスポーツまつり

9月27日、第31回剣健康マラソン大会が丸山総合公園で開かれました。子どもから高齢者まで約500人が参加。途中小雨が降る場面もありましたが、参加者は各々のペースで走り、マラソンを楽しんでいました。

また、第15回かみいちスポーツまつりも同時に行われ、参加者は、トランポリンやスポーツ吹き矢、ディスクゴルフ、体力診断テストなどおなじみのものから初めて体験するスポーツまでいろいろと楽しみました。



▲ 丸山コース（1100m）を元気いっぱいスタート

## グリーン・ツーリズムを体験

9月27日

棚田オーナーが稲刈りやはさがけなどを体験

9月27日、西種の棚田オーナーが稲刈りとはさがけ体験をし、地元の人達と共同作業で収穫を楽しみました。

この事業は、グリーン・ツーリズム白萩南部地区推進協議会が毎年オーナーを募集し、今年は県内外から5組12人のオーナーが集まりました。オーナーは、5月に田植えを行った棚田約5アールで稲穂を刈り取った後、地元で採れた山菜や新米を味わった他、収穫したコシヒカリの玄米30kgやサトイモなど町の特産品を受け取ります。

このほか、グリーン・ツーリズム黒川地区推進協議会の山菜植栽が黒川の休耕田で行われ、7人がワラビの根を植えたり、はなおか窯で炭焼きのまき入れ体験をしたりしました。



▲ 今年も親子三代で参加する成瀬さん



▲ はなおか窯でまき入れ体験



▲ かまの中でハイ！チーズ



# お知らせ Information ページ

## 募集



**常願寺ハイイツ指定管理者募集**  
富山地区広域圏事務組合クリンセンター ☎462・1187

平成28年度から「指定管理者」として、常願寺ハイイツの運営管理を行う団体を募集します。詳しくは、富山地区広域圏事務組合ホームページをご覧ください。だくか、お問い合わせ下さい。

## 開催



**つるぎ特産フェスティバル**  
産業課農政地籍班(内線322)  
日時▼11月14日(土)・15日(日)

午前9時～午後4時  
場所▼J.A.アルプス宮川2号倉庫  
内容▼農産物品評会・即売会、特産物鍋、そば打ち体験、おにぎり無料配布等

「話せる人がいる」 困ったら・・・ひとりで悩まずに相談しよう

日	日	時間	場所	お問い合わせ先
年金相談	11月24日(火)	午前10時～午後3時	働く婦人の家	町民課(内線145)
人権・行政相談	11月11日(水)	午後1時～4時	保健福祉総合センター	町民課(内線141)
健康相談	毎週月～金(祝日除く)	午前9時～午後5時	保健福祉総合センター	福祉課 ☎473・9355
消費生活相談窓口	毎週月・火・木・金曜	午前中	町民課相談窓口	町民課(内線103)
※消費生活相談窓口は、交通事故に関する相談も行っています。				
法律相談(予約制)	11月10日(火)	午前9時～11時	保健福祉総合センター 相談室	総合相談窓口 社会福祉協議会 ☎473・9300
結婚相談	11月10日・24日(火)	午後1時～4時		
心配ごと相談	11月18日(水)	午後1時～3時		
生活・就労相談	11月17日(火)	午前10時～11時30分		

**第36回フレアール**  
かみいちフェスティバル  
上市町働く婦人の家  
☎473・0075

日時▼11月14日(土)・15日(日)  
午前9時30分～午後4時

場所▼北アルプス文化センター  
内容▼作品展示/ステイジ発表/お茶席/チャリティーバザー/料理バザー/会員手作り品/町特産品販売/折り紙体験会/吹矢体験会  
来場者には粗品を進呈します。

**第1回「姫たちのフェスティバル」**  
チャレンジショップを開催  
産業課商工観光班(内線363)

女性の起業への夢をかなえるイベント「第1回姫たちのフェスティバル」を開催します。女性オーナーによる1日限りのチャレンジ・ショップとして15店舗の出店を予定。  
日時▼11月21日(日)  
午前10時～午後4時

場所▼カミール2階イベント広場  
出店予定▼ハンドメイドの布雑貨、野菜等の販売、ワークショップ(ブリサードフラワー、パステルアート)、美容カイト体験 など

**第4回かみいち総合病院「病院祭」**  
かみいち総合病院  
☎472・1212

日時▼11月8日(日)  
午前9時30分～午後0時30分

## お知らせ



**教育委員会新構成**  
教育委員会事務局学校教育班  
(内線342)

10月から次のとおり教育委員会の構成が変わりました。  
教育長 藤縄 太郎  
教育長職務代理者 穴戸 美喜子  
委員 山口 松蔵  
委員 廣田 眞理子  
委員 堀田 基文

## 奨学金利子補給

教育委員会事務局学校教育班  
(内線346)

町では、次の要件に該当する方を対象に、利子補給します。ただし、利子補給は、年間授業料(100万円以内)の2%までとし、在学期間のみとします。

- 要件▼**
- ① 上市町民で、高等学校以上の学校(大学院を除く)に在学する方またはその家族
  - ② 学資の支弁が困難である方
  - ③ 上市町に本・支店のある金融機関から学資として金融資産を受け取ることができた方

- 提出物▼**
- ① 奨学金利子補給金交付申請書
  - ② 学資ローンの契約書(写し)
  - ③ 学資ローンに関する返済予定明細書(写し)
  - ④ 在学証明書
- 申込み締切日▼12月12日(金)

**会場▼**かみいち総合病院  
北館1階ロビーほか  
参加費▼無料  
プログラム▼  
○午前10時～午前11時  
特別講演  
「みんなと生きる みんなで生きる」  
NPO法人このゆびとーまれ  
理事長 惣万 佳代子 先生  
○午前11時15分～午前11時45分  
寸劇「糖尿病と言われたら」  
劇団つるぎ(当院職員)  
○正午～午後0時30分  
ミニコンサート  
すだち(当院職員)

ほか、ちびっこ白衣試着コーナー、ゲームコーナー、各種測定コーナーなど盛りだくさん!  
**地域住民公開講座**  
「第4回糖尿病よつこ」  
ゼミナールinかみいち  
かみいち総合病院  
医事課 ☎472・1212

糖尿病のことをもっと知ろう  
あなたの健康(脳)生活は大丈夫?  
日時▼11月22日(日) 正午～午後3時  
会場▼つるぎふれあい館2階研修室  
参加費▼無料  
プログラム▼  
【正午～午前0時50分】  
○糖尿病治療食弁当体験会  
(500円・事前予約先着20食・栄養科)  
○基調講演  
「糖尿病を識る、糖尿病とは」

**臨時福祉給付金の支給申請はお済みですか?**  
福祉課社会福祉班  
(内線7121・7124)  
臨時福祉給付金の申請期限(12月1日(火))が近づいています。対象の方は忘れずにお手続きください。

**事後評価原案の公表(都市再生整備計画事業)**  
建設課建設班(内線312)  
上市中央地区の都市再生整備計画事業(平成22年度～27年度)について、その成果を評価した原案を公表します。  
公表期間▼11月2日(月)～16日(月)  
公表場所▼建設課窓口と  
役場ホームページ

**「存続ですか?」建設リサイクル**  
北陸地方建設産物対策連絡協議会事務局(北陸地方整備局企画部 技術管理課 教習係)  
☎025・280・8880

建設産業では発注者及び受注者が一体となって建設資材のリサイクルに積極的に取り組んでおりますが、公共工事に限らず一般家庭の解体工事の際、優良業者の選定や解体業者に適正な分別解体・リサイクルを促すなど、皆様のご理解とご協力をお願いします。

かみいち総合病院  
副院長・糖尿病センター長  
浦風 雅春 先生  
○クイズで学ぼう糖尿病  
かみいち総合病院  
内科医・糖尿病センター副部長  
小橋 親晃 先生  
○特別講演  
「脳を良くする油、悪くする油」  
金沢大学大学院非常勤講師  
脳科学専門医 山嶋 哲盛 先生

**もの忘れ相談会**  
上市町地域包括支援センター  
☎473・2811  
もの忘れが心配な方、お気軽にご相談ください。(要予約)  
日時▼11月19日(木)午後2時～4時  
場所▼保健福祉総合センター 1階会議室  
相談員▼かみいち総合病院 神経精神科部長 岡部 彰 氏

**ハローワーク魚津・滑川 人材マッチングフェア**  
ハローワーク滑川 ☎475・0324  
ハローワーク魚津・滑川管内の求人企業約40社(予定)が一堂に会する合同就職面接会を開催します。  
一度に複数の企業と出会う機会です。ぜひご参加ください。事前申込み不要。入場無料。入退出自由。  
日時▼11月30日(月)  
午後1時30分～4時(受付午後1時)  
場所▼新川文化ホール  
(魚津市宮津110)

**税についての作品展**  
財務課納税班(内線136)  
「税を考える週間」に合わせて税についての作品展を保健福祉総合センターロビーで開催します。  
期間▼11月11日(水)～17日(火)

**納税・納入**  
国民健康保険税5期  
後期高齢者医療保険料5期  
納期限▼11月30日(月)  
【町税夜間納税窓口】  
日時▼11月30日(月)  
午後5時～8時  
場所▼財務課10番窓口

**善意銀行**  
【窓口】上市町社会福祉協議会  
(平成27年9月11日～10月10日)  
▼靴3個 靴3足 平井和恵様  
▼タオル157本、靴1足、車椅子1台 匿名3名様

**「ご寄附感謝」**  
ふるさと寄附金として  
▼金百万円 中村 浩様  
▼かみいち総合病院へ配膳車プロジェクト、ホワイトボード計3点 合計14万7600円相当 竹内 正志様  
▼小・中学校へ新米コシヒカリ220kg(精米) アルプス農業協同組合様  
▼婦人の家へ抹茶道具一式 古井 修子様

**障害者週間(12月3日～9日) 普及啓発イベント**  
福祉課社会福祉班(内線7123)  
障害者が安心して暮らすことのできる地域づくりの一環として、障害者福祉に関する普及啓発を行います。  
日時▼11月28日(土)  
午後1時～3時  
場所▼保健福祉総合センター 1階 ロビー  
内容▼ピアノ演奏会(藤縄佑樹さん)、町内障害者施設紹介展示・商品販売、相談支援事業者による障害者相談

**今年最後の「市姫さん」**  
上市町商工会 ☎472・0716  
日時▼11月15日(日)午後2時～  
場所▼西中町商店街駐車場及びカミール内  
内容▼  
① 西中町おかみさんによる緑日コーナー  
② 揚げたて薬膳カレーパンのふるまい(150本限定)  
③ 3Gバンド  
④ 幼年鼓笛隊の演奏  
⑤ 里いもつめ放題(1袋100円)  
⑥ 上市高校ふち文化祭同時開催  
作品展示、ゲリラライブ、ダンス発表、コーラス発表、書道パフォーマンス

**全国社会教育委員連合表彰 受賞おめでとうございます**  
10月7日、大分県で開催された第57回全国社会教育研究大会大分大会において、富山県から上市町社会教育委員の梶田寛昭さんが平成27年度全国社会教育委員連合表彰を受賞しました。



▲ 受賞した梶田さん(柿沢)

**かみいち総合病院** ※予約制

女性スタッフによる  
**土曜レディース健診**  
【子宮・乳がん】  
日時▶11月14日(土)・28日(土) 8:30～12:30  
(受付 8:30～9:30)  
予約▶健診センター(☎472-5136)  
平日の13:00から17:00

# 教えて 「マイナンバー制度」 アレコレ

## Q1 通知カードが受け取れなかった場合はどうすればいいですか？

- 通常の簡易書留の取扱いとなり、再配達が可能です。不在票に記載された郵便局にご連絡ください。
  - 引越して空き家になった時や郵便局へ受け取りに行けなかった時等、通知カードが郵便局から町民課に返戻される場合があります。返戻された通知カードの保管期間は3か月（平成28年3月末まで）です。
    - 1) 転出の場合  
転入した市町村で再送手続きをすることとなっています。
    - 2) 転居・婚姻等、町内にいる場合  
新しい情報が記載されたカードが後日送付されます（12月末まで）。  
変更前の情報が記載された通知カードが届いた場合には、町民課で通知カードに変更後の情報を記載致しますのでお手数ですが1番窓口までお越し下さい。
    - 3) 死亡の場合  
通知カードは10月5日時点の住民票の情報をもとに作成・送付されます。  
この前後に亡くなられた方については行き違いで通知カードが届く場合もあります。  
この場合、通知カードはすでに無効になっていますので、お手数ですが町民課へ返却をお願いします。
    - 4) その他（あて先不在等で12月末までに受け取れなかった場合）  
本人等から町へお問い合わせがあった場合、町民課窓口で本人確認の上交付します。  
なお、窓口での本人確認に必要な書類は以下のいずれかとなります。
- 【窓口受け取り時に必要な本人確認書類】
- (a) 住基カードや免許証等、写真付きで官公署発行その他これに類する書類で、氏名と生年月日又は住所が記載された書類を1点。
  - (b) 保険証や年金手帳等、官公署発行その他これに類する書類で、氏名と生年月日又は住所が記載された書類を2点。  
※代理人が窓口に来られる場合は、加えて委任状も必要です。

## Q2 10月5日時点で住民登録がどこにもない場合や、10月5日をまたいで転入した場合はどうなりますか？その場で通知カードや個人番号カードを受け取ることが出来ますか？

- 10月5日以降、住民登録した時点で、新住所宛に通知カードが送付されます。  
10月5日をまたいで転出・転入した場合も同様に転入先に送付します（届くまで1か月程度かかります。）。
- また、個人番号カードは全国一括して作成し、後日町民課に送付されるのでその場でお渡しすることはできません。

## Q3 通知カードや個人番号カードの記載内容に変更があったときは、どうすればよいですか？

- 引越などでお住まいの市区町村に転入届等を出すときは、通知カード又は個人番号カードを同時に提出し、カードの記載内容を変更する必要があります。それ以外の場合でも、通知カード又は個人番号カードの記載内容に変更があったときは、14日以内に各市区町村に届け出て、カードの記載内容を変更することになります。

### お知らせ

11月中旬以降に住民票に記載されている住所に、マイナンバーをお知らせする「通知カード」が地方公共団体情報システム機構（J-LIS）から世帯主宛に簡易書留の転送不要郵便で配達される予定です。  
封筒の中には、世帯全員のマイナンバーの通知カードのほか、個人番号カードの申請書、申請書の返信用封筒、説明用パンフレットが入っています。

- ※「通知カード」には、マイナンバーを証明する書類として、役場の窓口や、その他の行政手続きが必要になりますので、なくさないよう大切に保管して下さい。
- ※次回、広報かみいち12月号で個人番号カードについてお知らせいたします。

### お問い合わせ先

- 制度自体に関すること・・・全国共通ナビダイヤル ☎0570(20)0178
- 制度に関すること・・・総務課行政班(内線215)
- 番号(通知カード)に関すること・・・町民課住基戸籍班(内線147)

詳しくは、内閣官房ホームページなどをご確認ください。http://www.cas.go.jp/jp/seisaku/bangoseido/



## 知って防ごう！ インフルエンザ予防

インフルエンザは、かぜと比べて感染力が強く症状が重いので、乳幼児や高齢者など抵抗力が弱い人は重症化しやすいため注意が必要です。

### 予防接種はなぜ毎年受ける必要があるの？

・普段から栄養と睡眠を十分にとり、抵抗力を高めておく。  
・毎年予防接種を受ける。  
インフルエンザは、毎年その年に流行するウイルスの型を予測し、生産されるワクチンが異なると効果を持たないため、ワクチンの効果は毎年1～2回（12歳以下は原則2回）予防接種を受けることが必要です。  
予防接種によりインフルエンザの発症リスクを抑え、もし発症しても重症化を防ぐ効果があります。

### マスクの使い方

- ・不織布製のマスクが有効。
- ・鼻と口の両方を覆い、顔にフィットするように着用。
- ・原則、1日1枚の使い捨て。
- ・使用済みのマスクはフタ付きごみ箱かビニール袋などに密封して捨てる。

### 風邪

1年を通してかかる。  
感染力が比較的弱い。  
微熱（37～38度）  
くしゃみ、鼻水、のどの痛みなどの部分的な症状。



飛沫感染：感染した人のくしゃみや咳などのしぶき（飛沫）に含まれるウイルスを体内に吸い込むことにより感染します。この距離は1～2mと言われています。  
接触感染：ウイルスを含んだ飛沫はドアノブなどさまざまなものに付着しています。それらに触れた手で、目・鼻・口に触れると粘膜などを通じて体内に入り感染します。

- かからないようにするために？
- ・流行期には、できるだけ人混みを避ける。
  - ・人混みに出るときはマスクをする。
  - ・外出から帰宅したら、手洗いがいを徹底する。

インフルエンザウイルスには大きく分けてA型とB型がありますが、それぞれさらに細かくタイプが分かれています。

今シーズンからA型2種類、B型2種類の4種類（昨シーズンまではA型2種類、B型1種類）のインフルエンザウイルスに対応したワクチンに変更になったため、より多くの種類のインフルエンザウイルスによる重症化を防ぐことが期待されます。

### 「かかったかな？」と思ったア...

感染の疑いがある場合は、すぐ医師の診察を受けましょう。  
インフルエンザは、熱が下がるまで抗インフルエンザウイルス薬を服用し、安静にしてください。  
インフルエンザは、熱が下がるまで抗インフルエンザウイルス薬を服用し、安静にしてください。  
インフルエンザは、熱が下がるまで抗インフルエンザウイルス薬を服用し、安静にしてください。

### インフルエンザ

主に冬季（1～2月）。  
感染力が強い。急速に広まる。  
38度以上の急な発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛、倦怠感など全身の症状に併せてのどの痛み、鼻水、咳などの症状も見られる。



### 11月は児童虐待防止推進月間

## 『「もしかして」あなたが救う 小さな手』

虐待を受けていると思われる子どもを見つけた時や出産や子育てで気になることがある場合は、児童相談所や町福祉課の相談窓口にご連絡ください。

※連絡は匿名で行うことも可能です。連絡者や連絡内容に関する秘密は守られます。

【連絡先】○富山児童相談所 ☎076-423-4000 ○上市町役場福祉課児童班 ☎076-472-1111（内線 7231、7232）



### 平成27年度上半期(4月～9月)の家庭から排出されたごみの総量について

上市町の平成27年度上半期の可燃ごみ、不燃ごみ回収量(リサイクル含む)は3,088トンとなり、総量では81トンの減となりました。

今後とも、ごみの減量にご協力ください。

ごみの種別	平成26年度	平成27年度	増減
可燃ごみ	2433.0	2403.4	△29.6
不燃ごみ	92.9	81.9	△11.0
リサイクルごみ	643.1	602.7	△40.4
合計	3169.0	3088.0	△81.0

#### ～ゴミの減量のために～

- 生ごみを出す際は水分を搾り取ったり、乾燥させてから出しましょう。生ごみの重量の半分以上が水分です。水分を減らすことによって、重量や悪臭の軽減にもつながります。
- 可燃ごみの中に『雑紙』としてリサイクルできるごみがあれば分別しましょう。お菓子などの紙箱・包装紙・ハガキ(圧着ハガキは除く)やメモ用紙・ティッシュの空き箱・トイレトーパーやラップの芯など、これらは細かいものが多いため、紙袋に入れたり、大きな包装紙に包んで出すなどを分別してください。なお、汚れや匂いのついたもの、防水加工された紙は可燃ごみで出してください。

### 11月30日は、「年金の日」です。

厚生労働省では「国民一人一人、「ねんきんネット」等を活用しながら、高齢期の生活設計に思いを巡らしていただく日」として、11(いい)月30(みらい)日を「年金の日」としています。

この「ねんきんネット」をご利用いただくと、いつでもご自身の年金記録を確認できるほか、将来の年金受給見込額についてもご自身の年金記録をもとに、様々なパターンの試算をすることができます。利用する場合は、ユーザーIDが必要となり、日本年金機構のホームページで取得できます。「ねんきんネット」に関することはねんきんネット専用ダイヤル(0570・058・555)までお問い合わせください。

### 1人でも雇ったら労働保険の加入手続きが必要です。

労働保険(労災保険と雇用保険の総称)は、予期せぬ労働災害や失業が発生した際に、保険給付を行うことにより、労働者の福祉の向上・増進を図るための、政府管掌の保険制度です。

法人・個人を問わず労働者(パート・アルバイト含む)を1人でも雇用している事業主は加入が義務づけられています。

未だ加入手続きがお済でない事業主の方は、すみやかに手続きをお願いします。

### ひのきの香湯をはじめました。

アルプスの湯では、10月から香湯にひのき材のアート作品「ライチョウ」を置き、ひのき材のチップを入れ、ひのきの香りを楽しんでいただいています。

利用者からは、「とても香りがよくリラックスできた」、「体がポカポカあたたまった」など好評です。

館内への飲食物の持ち込みは自由で、子どもプレイルームやリクライニングルームなどもそろっています。皆様のご利用をお待ちしています。



### 勝利目指して駆け抜けろ!

11月8日に開催される第33回富山県駅伝競走大会・小学生駅伝競走大会へ出場する中新川郡の選手団に上市町から以下の6名が選ばれました。

選手団長の伊井謙治さんは、「さあ走ろうたすきで結ぶまちと村“のスローガンのもと、上位入賞めざしてがんばります。町民の皆さんの応援をお願いします。」と意気込みを話しました。

#### 一般の部 出走選手



三浦 光司 さん

- ① 富山大学 大学院生
- ② 陸上部
- ③ 今年は十分な練習が積めておらず納得のいく走りをするのは難しいかも知れませんが、少しでも良いタイムでたすきを繋げるよう精一杯頑張りたいと思います。



西田 可奈子 さん

- ① 富山南高校3年
- ② 陸上部
- ③ 自分らしい走りをしてチームの勝利に貢献できるよう、精一杯頑張ります。全力でレースを楽しみたいと思います。応援よろしくをお願いします。



早川 夏稀 さん

- ① 上市中央小学校6年
- ② 滑川ジュニアバドミントン
- ③ 私は、去年もこの駅伝に出場しました。一昨年より2位あがって9位でした。今年もっと練習をがんばって順位があがるようにしたいです。



古谷 凜 さん

- ① 上市中央小学校6年
- ② 立山ランニングクラブ
- ③ 私は、今年も県駅伝に出場します。去年は、9位でした。今年はこの県駅伝で優勝するために練習をしっかりとがんばっていきたくたいです。



新夕 綜一郎 さん

- ① 上市中央小学校6年
- ② 上市サッカースポーツ少年団
- ③ ぼくは、去年もこの駅伝に出場し9位でした。今年、絶対優勝したいです。自己ベストをだせるように、全力でがんばります。



田島 巨耀 さん

- ① 上市中央小学校6年
- ② 上市サッカースポーツ少年団
- ③ ぼくは、去年駅伝に出られなくてとても悔しかったです。この駅伝で1位になれるようにがんばって走りたいです。

### エイズの正しい知識を身につけましょう

去年、日本では新たにHIVに感染した人が1,091人、感染に気づかずにエイズを発症した人が455人報告され、増加傾向が続いています。

エイズの正しい知識を身につけ、感染を防ぐとともに、早期発見・早期治療のために検査を受けましょう。中部厚生センターでは、「世界エイズデー」にあわせ「夜間迅速検査」を行います。検査は、匿名・無料で受けられます。

日時▶ 12月7日(月)午後5時～7時(予約受付 当日正午まで)

※検査を希望される方は電話で予約をしてください。

場所▶ 富山県中部厚生センター(上市町横法音寺40)



### 広報かみいち広告掲載募集

広告

町では、地域産業の振興を図るため、「広報かみいち広告掲載取扱要領」を定め、「広報かみいち」(発行部数8,200部、毎月1日発行)に掲載する有料広告を募集しています。

広告の掲載は、広報の発行号単位とし、広告の掲載料は次のとおりです。

広告の規格	仕上がり寸法(縦×横)	広告掲載料
1型	46mm×88mm	10,000円
2型	46mm×176mm	20,000円

掲載できない広告  
・町の公共性、中立性及び品位を損なうおそれのあるもの  
・公の秩序又は善良の風俗を害するおそれのあるもの など

※お申し込み前に、必ず以下の要綱等をお読みください。  
・上市町有料広告掲載取扱要綱 ・広報かみいち広告掲載取扱要領  
<http://www.town.kamiichi.toyama.jp/hp/koukoku/index.html>  
企画課情報班(内線221)

広告は、一色刷りとし、「広告」の字句を挿入。(右側に例示)  
広告の掲載位置は、表紙及び裏表紙以外の紙面の下段。

原稿の提出期限 広報発行日の15日前

## 広告欄

広告

# 第50回 上市町表彰式

町では、永年にわたり町政の振興に寄与されるなどその功績が顕著な方を上市町表彰条例に基づき10月30日(金)に表彰しました。

受彰者と主な功績概要は次のとおりです。(敬称略・順不同)



(一般社団法人)  
ガールスカウト  
富山県連盟第36団

団設立から永年にわたり、地域での慈善活動を通して、青少年の健全育成に努めるとともに、町民の福祉の増進に寄与された。



ごうだ すみえ  
郷田 住枝  
(稗田)

永年にわたり、ガールスカウト活動の指導者として青少年の健全育成に尽力されるとともに、町の青少年組織の充実強化に寄与された。



株式会社五万石  
代表取締役  
やすい つねお  
安井 恒夫

吉田公均作「花と鳥」を寄贈され町の芸術文化の振興に寄与された。

## 善行表彰



どうだ そとじ  
堂田 外治  
(東町)

永年にわたり、消防団幹部として精励し、民生の保全に尽力された。



はやし しずお  
林 静男  
(湯神子)

永年にわたり、消防団幹部として精励し、民生の保全に尽力された。



ひぐち ひさしげ  
樋口 久茂  
(湯神子)

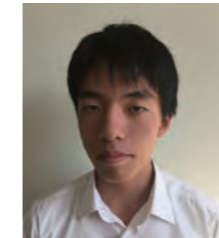
永年にわたり、消防団幹部として精励し、民生の保全に尽力された。



さかい よしこ  
酒井 淑子  
(若杉)

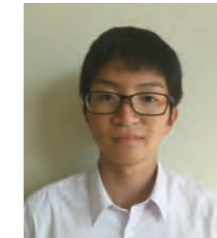
永年にわたり、行政相談委員として行政についての相談や苦情を受け、その解決に尽力されるとともに、町政の推進に寄与された。

## 特別表彰



まつざき たくみ  
松崎 巧実  
(上市中学校3年)

JOCジュニアオリンピックカップ平成27年度全国中学生カヌー大会スプリント男子カヤックペアの部において優勝し、上市町の名声を高め、スポーツの振興に寄与された。



いなだ なおひろ  
稲田 直大  
(上市中学校3年)

JOCジュニアオリンピックカップ平成27年度全国中学生カヌー大会スプリント男子カヤックペアの部において優勝するなど上市町の名声を高め、スポーツの振興に寄与された。



なかだ まあや  
中田 舞絢  
(上市中学校3年)

第70回国民体育大会カヌー・スプリント少年女子カヤックペア500mにおいて優勝するなど上市町の名声を高め、スポーツの振興に寄与された。



うらだ じゅり  
浦田 樹里  
(水橋高校1年)

第70回国民体育大会カヌー・スプリント少年女子カヤックペア500mにおいて優勝するなど上市町の名声を高め、スポーツの振興に寄与された。

## 栄誉表彰



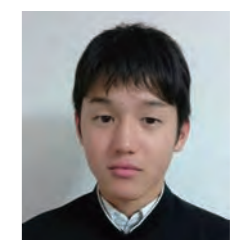
やまざき こうき  
山崎 洸希  
(上市中央小学校5年)

第58回小学生・中学生全国空手道選手権大会個人戦小学5年生男子形の部において3位に入賞し、上市町の名声を高め、スポーツの振興に寄与された。



あらい え ようすけ  
新家 陽介  
(上市中学校3年)

平成27年度全国中学校体育大会バドミントン競技男子ダブルスにおいて3位に入賞し、上市町の名声を高め、スポーツの振興に寄与された。



きだ よしひろ  
木田 能大  
(上市中学校3年)

平成27年度全国中学校体育大会バドミントン競技男子ダブルスにおいて3位に入賞し、上市町の名声を高め、スポーツの振興に寄与された。

### 防災行政無線を用いた緊急情報伝達訓練の実施のお知らせ

地震や武力攻撃などの発生時に備え、次のとおり情報伝達訓練を行います。  
この訓練は、全国瞬時警報システム(Jアラート)(※)から送られてくる国からの緊急情報を防災行政無線で皆様へお伝えする訓練です。  
上市町以外の地域でも様々な手段を用いて情報伝達訓練が行われます。

訓練日時▶11月25日(水)午前11時ごろ

訓練で行う放送試験内容▶町内74か所に設置してある防災行政無線から次の内容が一斉に放送されます。

【放送内容】上りチャイム音+「これはテストです。」×3+「こちらは、防災上市町です。」+下りチャイム音

(※)Jアラートとは、地震・津波や武力攻撃などの緊急情報を、国が人工衛星などを通じて瞬時に皆さまへお伝えするシステムです。



# 保健だより

つるぎふれあい館北側 2 階

〒 473-9355 岡 上市町保健センター ☎ 473-9355



健診・教室名	対象	実施日	受付時間	持ち物	その他
4か月児健診	平成 27 年 7 月生	11 月 5 日 (木)	13:00 ~ 13:30	健診票・母子健康手帳	※健診票は、2 か月児訪問でお渡ししています。
	平成 27 年 8 月生	12 月 3 日 (木)			
1歳6か月児健診	平成 26 年 4 月生	11 月 11 日 (水)	13:00 ~ 13:15	健診票・問診票・フッ化物塗布申込書(希望者)・母子健康手帳	※フッ化物塗布も行います(希望者)。※健診票とフッ化物塗布申込書は郵送でお送りします。
	平成 26 年 5 月生	12 月 9 日 (水)			
3歳児健診	平成 24 年 7 月生	11 月 26 日 (木)	13:00 ~ 13:30	健診票・アンケート・母子健康手帳	※尿検査を行います。フッ化物塗布も行います(希望者)。
	平成 24 年 8 月生	12 月 24 日 (木)			
離乳食教室	平成 27 年 6 月生	12 月 16 日 (水)	9:00 ~ 9:30	母子健康手帳・エプロン	※要予約
	平成 27 年 7 月生				
すくすく教室	平成 27 年 3 月生 4 月生	12 月 16 日 (水)	13:00 ~ 13:30	母子健康手帳	※要予約

## 高齢者のインフルエンザ予防接種が始まります。

**対象者**▶①接種日に満 65 歳以上の方  
②満 60 歳以上 65 歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障害を有する方(身体障害者手帳 1 級に該当する方)

**接種期間**▶ 11 月 2 日(月) ~ 12 月 28 日(月)

**個人負担金**▶ 1,500 円(生活保護世帯は無料)

※この予防接種は、個人予防を目的としたもので、接種を受けることの義務はなく、本人が接種を希望する場合に限りです。  
※対象の方には予診票兼接種券(水色の封筒)を 10 月下旬に郵送いたしました。

※対象となる方で予診票兼接種券が届いていない方は保健センターまでご連絡ください。

※接種を希望される方は、予診票を事前に記入のうえ、切り取らずに指定医療機関へ提出し、接種しましょう。

## とやま健康パーク「上市町の日」

11 月 10 日(火) ~ 15 日(日)の「上市町の日」の期間なら、とやま健康パークの健康スタジアムを町民は特別価格で利用することができます。健康づくりのきっかけとしてご利用ください。運動はもちろん、お風呂のみの利用もできます。

**【利用料金】**

利用時間	一般・高校生	小・中学生
1 時間	510 円 → 260 円	260 円 → 130 円
2 時間 30 分	1,030 円 → 520 円	510 円 → 260 円
1 日	1,540 円 → 770 円	770 円 → 390 円

**【利用方法】**

身分証明書(運転免許証や健康保険証など住所が確認できるもの)を健康スタジアムの受付にてご提示の上、利用料金をお支払いください。

☎ とやま健康パーク ☎ 428-0809

## 16 歳 1 歳 6 か月児 健診 の子どもたち



## 子育て支援教室

問 上市まちづくり公社 ☎ 473-2375

**内容**▶ ①あかちゃんのための発育発達体操(0 歳 ~ 1 歳)

②親子で楽しむ体操教室(2 歳 ~ 3 歳)

**日時**▶ 11 月 30 日(月) 午前 10 時 30 分 ~ 11 時 30 分

**場所**▶ 上市町まちなか交流プラザ

カミール 2 階 ①わんぱくひろば ②イベント広場

**対象**▶ 0 ~ 3 歳児を持つお母さん・保育者

※お子様連れでご参加ください。

**講師**▶ ①こあこん place IKI 竹田 伊希子 氏

②いながわ体操スクール 代表 稲川 峰士 氏

**内容**▶ ①あかちゃんは寝返ったりハイハイしたりお座りしたりしながら、歩けるようになるためのトレーニングをしています。発達を促す体操を通じて、そのコツをご紹介します。②色々なスポーツの土台づくりとして幼児期からマットや鉄棒、跳び箱など体操器具を使って身体づくりを行います。



## こどもの城

(11 月予定) ☎ 473-0001

休館日 15 日(日)

乳幼児教室

○午前 10 時 30 分 ~

ぞう組(2 歳児) 11・25 日(水)

うさぎ組(1 歳児) 12 日(木)

子育て相談

救命救急教室 5 日(木)

ことばの指導 18 日(水)ぞう組、19 日(木)うさぎ組

子育て講演会(ベビーマッサージや子育て相談) 26 日(木)うさぎ組

ちびっこ広場(6 か月 ~ 1 歳頃) 10 日(火)・26 日(日)

クラブ

合唱 7 日(土) 午前 9 時 ~

将棋 14・28 日(土) 午前 10 時 ~

教室

お話しの会 9 日(月) 午後 3 時 30 分 ~

体操教室(跳び箱) 28 日(土) 午後 2 時 00 分 ~

その他

ポーチづくり 8 日(日) 午前 10 時 30 分 ~ 11 時 30 分

餅つき会(予約) 21 日(土) 午前 10 時 45 分 ~

プラバンづくり 22 日(日) 午前 10 時 30 分 ~ 11 時 30 分



## 介護保険アレコレ

問 中新川広域行政事務組合 介護保険課 ☎ 464-1316

### 『地域包括支援センターとは』

地域包括支援センターは、公的な「高齢者の総合相談窓口」です。

高齢者やご家族の方が住み慣れた地域で安心して生活していただけるように、在宅生活における様々なご相談に応じます。介護保険の相談、公的保険福祉サービスの紹介や申請手続きのお手伝いもいたします。

スタッフは、保健師、主任ケアマネジャー、社会福祉士等です。

ご利用は無料です。ご相談は、来所、電話、手紙、訪問などいずれも受け付けます。お気軽にご相談ください。



○上市町地域包括支援センター

上市町湯上野 8 番地(上市町保健福祉総合センター 1 階) ☎ 473-2811

### 11 月の保険料(65 歳以上の方)

・普通徴収 第 5 期 11 月 30 日納期限(口座振替の方は、残高をご確認ください。)

・特別徴収 ありません(次回は 12 月の公的年金支払い時に天引きされます。)

## 「慢性 C 型肝炎治療はインターフェロンフリーの時代へ」

すこやかサロン

Health Column



かみいち総合病院 内科部長

佐藤 幸浩

慢性 C 型肝炎の治療には、インターフェロンが長らく使用されてきました。製剤の工夫や併用薬の進歩により最近では治療効果がかなり高くなったとはいえ、インターフェロンの使用期間は半年から 1 年と長く、つらい副作用が伴うことも少なからずありました。今年、C 型肝炎に対する画期的な治療薬が日本でも認可されました。2 種類又は 1 種類の薬を 12 週間飲むだけで、95% から 100% の患者さんが完治する

のです。更に薬の副作用が非常に少なく、今までよりも多くの方が治療を受けられると思います。この治療薬は非常に高価であるという大きな欠点がありますが、日本には法律に基づく肝炎治療に係る医療費助成制度があります。月 1 万円から 2 万円の自己負担(所得に応じて)で治療を受けることができます。C 型肝炎ウイルス感染の可能性がある方は、是非主治医に相談してみてください。

from kamiichi general hospital

## 地域包括支援センターからのお知らせ

お問い合わせ先 ☎ 473-2811

### ○おれんじカフェ

日時▶ 11 月 12 日(木) 午後 1 時 30 分 ~ 3 時

場所▶ まちなか交流プラザ カミール

内容▶ 歌声喫茶

参加費▶ 120 円 ※申し込み不要。

### ○介護予防教室

参加費無料。水分、タオルを各自持参。

宮川公民館▶ 毎月第 1・3 火曜

午後 1 時 30 分 ~ 2 時 30 分

南加積会館▶ 毎月第 1・3 水曜

午後 1 時 30 分 ~ 2 時 30 分

カミール 2 階▶ 毎月第 1 ~ 4 金曜

午前 9 時 30 分 ~ 11 時 30 分

## ふるさと町民学園

教育委員会事務局 生涯学習班 (内線 381)  
【11月分受付開始】11月10日(火) 午前8時30分から (電話のみ)

講座名	ヘルシーゼミナール	創生がいがい大学	園芸入門講座	自然環境講座
内容	無理のない楽しいリズムダンス (のびのびストレッチ《2》)	認知症の対応の仕方を学ぼう! (みんなで学ぶ認知症講座《2》)	季節に左右されないバラの育成 (水耕栽培のメルヘン工房パラ園)	砺波平野の眺望から探る人々の営み (クロスランドおやべと縄文体験)
講師	Let'sリズムDE ダンス 主宰 高田 みな子 氏	上市町地域包括センター スタッフ	メルヘン工房 代表 田中 孝太郎 氏	富山県ナチュラルリスト浜田 啓二 氏 桜町 J OMON パーク 今度 孝 氏 多賀 庸子 氏
日時	25日(火) 10:00~11:30	17日(火) 10:00~11:30	20日(金) 9:00~16:00	
場所	働く婦人の家 2階	上市町保健福祉総合センター (つるぎふれあい館2階研修室)	メルヘン工房(小矢部)、 三井アウトレットパーク北陸小矢部	クロスランドおやべ、 桜町 J OMON パーク
定員	— (申込不要)	70名(要申込)	70名(要申込)	
費用	無料 飲み物、バスタオル、 内履き(ズック)軽い運動服装	無料 軽い運動服装	700円 弁当持参(食事処あり)	

## 北アルプス文化センター 催し案内

～開館 30 周年記念事業～ ☎ 473-1818

### 第 25 回北アルプス音楽祭

日時▶ 11月7日(土)  
開演：午後2時(開場：午後1時30分)  
入場料▶ 500円(全席自由) ※高校生以下無料

### 「わらび座」公演「ミュージカル ジュリアおたあ」

日時▶ 11月8日(日)  
開演：午後3時30分(開場：午後3時)  
入場料▶ S席指定 5,000円 A席指定 4,500円  
B席指定 4,000円 バルコニー自由席 3,000円  
高校生以下 半額  
親子割引券あり(当日はいずれも 500円増)

## アルプスの湯 ☎ 473-9333

11月23日(月)「通常営業」11月24日(火)「休業」  
【11月の催し物】(午後0時30分～ 観覧無料)

- 7日(土) 松前一座 公演
- 14日(土) 「相撲甚句」公演
- 21日(土) 劇団「絆」歌謡舞踊ショー
- 28日(土) 藤山一座 公演

### 【入浴ポイントカード実施中】

ご入浴1回につき1ポイント進呈。10ポイントで1回のご入浴サービス。※2・6ヶ月券とは併用できません。  
いい風呂の日・11月26日(木)は、  
ご入浴1回につき2ポイントを進呈!

### 【アルプスの湯「夕市」(農産物特売)開催】

毎週火・木・土曜日 午後1時30分～5時  
11月23日(月)「臨時開催」11月24日(火)「休市」

## 総合スポーツクラブ「さんさん」教室

“さんさん”事務局 (B&G 体育館内) ☎ 472-1971

教室名	曜日	開始時間	日
ピラティス(朝)	㊤	10:30	2 9 16 30
ジュニアピック教室	㊤月	18:00	9 16 30
ジュニアバレー教室	㊤	19:00	2 9 16 30
はつらつ卓球(ラージ球)	㊤	10:00	10 17 24
シニアエクササイズ宮川	㊤火	13:30	10 17 24
気軽に卓球(硬式球)	㊤	10:00	4 11 18 25
シニアエクササイズ相ノ木	㊤水	13:30	4 11 18 25
サッカー教室	㊤	18:00	4 11 18 25
かけっこ教室	㊤	18:00	4 11 18
楽しく卓球サークル(ラージ球・硬式球)	㊤	10:00	5 12 19 26
オープン水泳教室(ウォーキング&ストレッチ)	㊤木	14:15	12 19
ストレッチヨーガ	㊤	15:30	5 12 19 26
ピラティス(夜)	㊤	19:30	5 19 26
やわやわピクス	㊤金	10:30	6 13 20 27
パワーヨーガ	㊤	19:30	6 13 20
うんどう教室	㊤土	15:00	7 14 21 28
トランポリン教室	㊤	16:15	7 14 21 28

- ㊤ カミール
- ㊤ 働く婦人の家
- ㊤ 宮川公民館
- ㊤ B&G体育館
- ㊤ ウエルネススポーツセンタープール
- ㊤ 相ノ木公民館
- ㊤ 相ノ木小学校グラウンド

## うるねす通信 ウエルネススポーツセンター ☎ 473-2070

### バスケットボール教室 好評開催中!!

b j リーグ最後のシーズン開幕戦を2連勝と好スタートを切った富山グラウジーズとウエルネススポーツセンターが共同で開催しているU-10ジュニアバスケットボール教室「リトルトット」。

年中児から受け入れが可能! 幼少期から小学生までのゴールデンエイジ期にボールと触れ合いながら、身体と頭を連動させた運動をしていくことで運動能力も格段にアップ!! 将来、憧れのバスケットボール選手も夢じゃない!!

お子様のレベルに合わせてクラスを2つに分けて練習を実施しておりますので、初めての子どもも安心してご参加いただけます。随時、練習見学も受け付けておりますので、ご興味のある方はぜひ一度ウエルネスまでご連絡ください。



日時▶ 土曜 9:30～10:30 / 10:30～11:30  
場所▶ 陽南小学校 体育館 (変更の場合あり)  
対象▶ 年中児～小学校4年生  
指導者▶ 富山グラウジーズコーチングスタッフ  
ウエルネススポーツセンタースタッフ  
月会費▶ 5,400円/月  
(※入会月にその他初期費用あり)

## 柿沢コミュニティセンター教室案内

☎ 473-8100

【陶芸教室】  
講師▶ 越中瀬戸焼千寿窯 吉野 香岳 氏  
日時▶ 11/11日(水)、14日(土)、25日(水)、28日(土)  
午前10時～  
料金▶ 1,300円(陶芸)、1,500円(絵付け)、  
3,000円(ろくろ、要予約)

### 【工作教室】「リース作りをしよう」

講師▶ あかり工房 KAZU 浦田 和夫 氏  
日時▶ 11/21日(土) 午前10時～  
料金▶ 1作品につき500円～

### 【木版画教室】

講師▶ 版画家 岩井 幸子 氏  
日時▶ 11/19日(木) 午後1時～  
料金▶ 1,000円(材料費別途)

### 【ステンドグラス教室】

講師▶ ガラス造形作家 西島 直義 氏  
日時▶ 11/15日(日) 午後1時30分～  
定員▶ 10名(要予約)  
料金▶ 1回 1,500円(材料・キット代別途徴収  
(3,000円～5,000円程度))

## 婦人の家教養講座 ☎ 473-0075

煎茶(皇風)	2	16	(月)
3B体操	11	9	16 (月)
書道	25	9	(月)
華道(池坊)		9	(月)
リアリティフラワー	2	9	(月)
心太極拳	2	16	(月)
手芸・手編み	10	17	(火)
フラワーデザイン	10		(火)
絵てがみA		17	(火)
絵てがみB	10	24	(火)
刺し子・リフォーム	10	24	(火)
オカリナ	10	24	(火)
新川民謡研究会	10	17	24 (火)
社交ダンス(火)	10	17	24 (火)
茶道(遠州)	11		(水)
パッチワーク	4	18	(水)
フォークダンス	4	11	18 25 (水)
ちぎり絵	11	25	(水)
社交ダンス(水)	4	11	18 25 (水)
料理(昼)	5	19	(木)
大正琴	5	19	(木)
茶道(表千家)	12	26	(木)
茶道(裏千家)		26	(木)
タイ式ヨガ	5	12	19 26 (木)
料理(夜)	6	20	(金)
相撲甚句	6	20	27 (金)
民舞踊	6		(金)
盆踊り			27 (金)
太極拳	13	27	(金)
ちりめん手芸	13	27	(金)
レザークラフト	7	21	(土)
フラダンス	7	14	21 (土)
ペン習字		11	25 (水)
吹矢	17	(火)	5 12 19 26 (水)

## 今月の図書館カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

黒地に白文字の日は休館日

## 開館時間

午前10時～午後6時

## 今月の催し

### ○絵本のよみかかせの会

日時▶ 11/8日(日) 午前11時～  
場所▶ 絵本コーナー

### ○読書会『嘘つきアーニヤの真っ赤な真実』米原 万里 / 著

日時▶ 11/27日(金) 午後1時30分～ 場所▶ 3階対面朗読室

### 一般書

強いおばさん 弱いおじさん

小川 有里 / 著

いわゆる、高齢者は若い人の目にはどんなふう映っているのだろう。若々しくて元気で、加齢臭など気にせず、円熟味には欠けるが人間味豊かな今どきの高齢者たちの日々を綴る。ごく普通のおばさん、おじさんたちのゆったり緩やかなわが道をゆく日々。年を取るのも楽しそうだと感じていただきたい。妻の本音、夫の本音がたっぷり詰まった爆笑エッセイ。

おすすめ本

### 児童書

ありがとう。パディ

吉田 太郎 / 著

教室に犬がいる。校庭を犬が駆けまわる。初代学校犬として一頭のエアテル・テリアの生まれた瞬間から最後のときまでを綴った生涯の記録。子どもたちに愛され、信頼しあった仲間のような一頭の大犬。なぜ学校に犬がいることになったのか、全記録を写真とともに紹介している。

### 一般書

だから、生きる。…… つんくみ / 著  
職業としての小説家…… 村上 春樹 / 著  
インテリジェンスの最強テキスト…… 手嶋 龍一・佐藤 優 / 著

新着本

### 児童書

さがそう! マイゴノサウルス…… やました こうへい / 著  
くうきにんげん…… 綾辻 行人 / 作 牧野 千穂 / 絵  
屈折万歳!…… 小島 慶子 / 著

## えほんのゆめほつけ

### おはなしひよひよの会

毎週月曜日  
午前10時30分～

☎ 472-2211

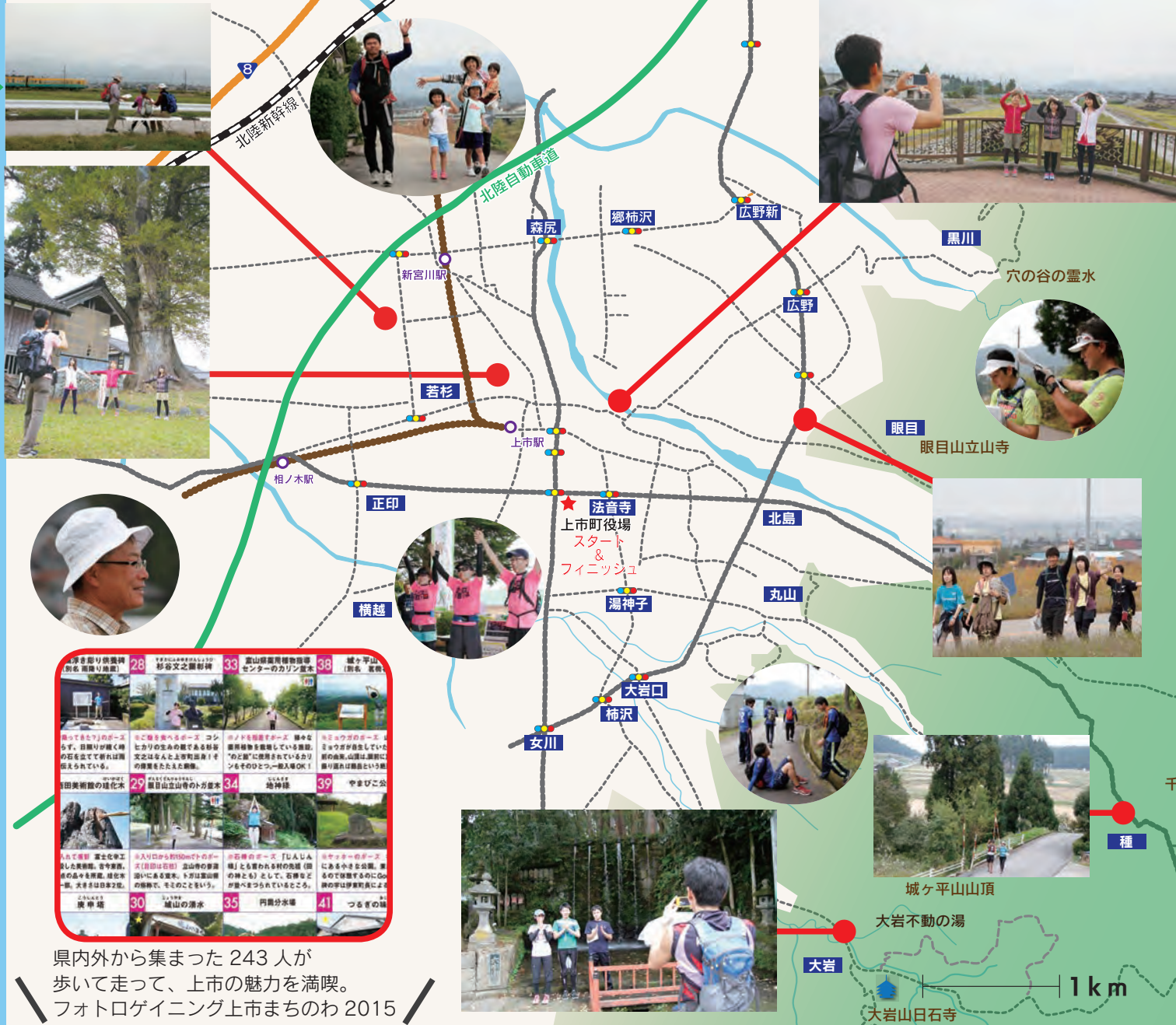
### おりがみ教室

14日(土) 午前10時30分～

### おはなし会

7・21・28日(土) 午前10時30分～





28	北陸新幹線 相ノ木駅	29	北陸新幹線 相ノ木駅	30	北陸新幹線 相ノ木駅	31	北陸新幹線 相ノ木駅	32	北陸新幹線 相ノ木駅	33	富山県立博物館 センターのカリヤ	34	富山県立博物館 センターのカリヤ	35	富山県立博物館 センターのカリヤ	36	富山県立博物館 センターのカリヤ	37	富山県立博物館 センターのカリヤ	38	城ヶ平山 【開名、寛文】	39	やまびこ公	40	やまびこ公	41	つるぎの峰
----	---------------	----	---------------	----	---------------	----	---------------	----	---------------	----	---------------------	----	---------------------	----	---------------------	----	---------------------	----	---------------------	----	-----------------	----	-------	----	-------	----	-------

県内外から集まった243人が  
歩いて走って、上市の魅力満載。  
フォトロゲイニング上市まちのわ2015



▲ 最高点の864点を記録したルート（5時間コース）



▲ 優勝した「木曜日からの使者56」

今回、北陸地域で初開催したフォトロゲイニング。参加した74チーム中、最高点の864点を記録したのは、5時間男子クラスで優勝した「木曜日からの使者56」チーム。石川県から来た2人の走った距離は5時間てなんと47kmでした。

### 町の人口と世帯数

平成27年10月1日現在

人口	21,537	(-6)	(-297)
男	10,308	(+3)	(-106)
女	11,229	(-9)	(-191)
世帯数	7,899	(+3)	(±0)

( ) は前月比 ( ) は前年比

### 編集後記

10月10日、秋晴の中、参加者と地域、主催者が一体となって大いに盛り上がったフォトロゲイニング上市まちのわ2015。前日に、撮影ポイント確認のため、車で下見をしてまわることに2時間半。走行距離は34kmで得点に換算すると300点程。当日の撮影は、走るランナーを追いかけ続けて息切れの連続。上位チームのすごさを実感しました。皆さん自分のペースで移動する中、カメラを向ける笑顔で手を振ってくれたり、いろんなポーズをとってくれたりしました。撮影にご協力ありがとうございました。

昼食を食べる時間もほとんどなくハードな取材でしたが、自分も一緒に参加しているようでとても楽しい一日でした。谷吉

秘  
た  
は  
た  
か  
い